



Les Menus de L'Esprit Terroirs

Semaine du lundi 9 au dimanche 15 mars 2026

LUNDI 9

Oeuf dur mayonnaise
Chipolatas
Haricots blancs cuisinés
Emmental
Fruit de saison

MARDI 10

Betteraves râpées
Steak haché
Pommes de terre rôties
Petit moulé
Compote de fruits

MERCREDI 11

Museau vinaigrette
Escalope panée
Poêlée de légumes
Yaourt nature
Pâtisserie

JEUDI 12

Tarte aux poireaux
Sauté de porc au curry
Purée de brocolis
Fromage
Fruit de saison

VENDREDI 13

Salade Piémontaise
Filet de poisson
Meunière
Légumes grillés
Fromage blanc
Crème dessert caramel

SAMEDI 14

Avocat vinaigrette
Jambon cuit braisé
Printanière de légumes
Fromage
Fruit de saison

DIMANCHE 15

Rosette/ beurre
Fricassée de volaille aux
champignons
Râpé de pommes de
terre
Brie
Chou à la vanille

CONTACT

Jérôme ou Alicia
04 66 82 12 14

COMMANDES

72 H à l'avance

Pain sur demande

www.lespritterroirs.fr



Les Menus de L'Esprit Terroirs

Semaine du lundi 16 au dimanche 22 mars 2026

LUNDI 16

Chou-fleur vinaigrette
Paupiette de veau
forestière
Haricots beurre
persillés
Fromage
Fruit de saison

MARDI 17

Terrine aux deux
poissons
Chou farci
Carottes braisées
Yaourt nature bio
Semoule au lait

MERCREDI 18

Fromage de tête
Cuisse de poulet rôtie
Pâtes à la tomate
Carré frais
Pâtisserie

JEUDI 19

Salade Coleslaw
Saucisse fumée
Lentilles cuisinées
Petit suisse aux fruits
Fruit de saison

VENDREDI 20

Salade de blé aux
légumes
Brandade de morue
Parmentière
Fromage
Mousse au citron

SAMEDI 21

Quiche lorraine
Emincé de porc aux
herbes
Purée aux trois légumes
Fromage blanc
Fruit de saison

DIMANCHE 22

Mousseron de canard
Coq au vin
Tagliatelles fraîches
Bleu
Gâteau Basque

CONTACT

Jérôme ou Alicia
04 66 82 12 14

COMMANDES

72 H à l'avance

Pain sur demande

www.lespritterroirs.fr



Les Menus de L'Esprit Terroirs

Semaine du lundi 23 au dimanche 29 mars 2026

LUNDI 23

Poireaux vinaigrette
Boudin noir
Purée de pommes de terre
Yaourt nature
Fruit de saison

MARDI 24

Macédoine de légumes
Poulet Basquaise
Semoule
Faisselle
Fruit de saison

MERCREDI 25

Terrine de campagne
Rôti de porc
Haricots verts persillés
Fromage
Pâtisserie

JEUDI 26

Carottes râpées
Spaghetti Bolognaise
Petit suisse
Fruit de saison

VENDREDI 27

Taboulé
Filet de poisson pané
Epinards
Fromage
Mousse au chocolat

SAMEDI 28

Terrine de légumes
Boulettes de bœuf provençale
Haricots plats
Yaourt aux fruits
Fruit de saison

DIMANCHE 29

Pâté en croute
Cuisse de pintade aux raisins
Pâtes fraîches
Bleu
Trobezienne

CONTACT

Jérôme ou Alicia
04 66 82 12 14

COMMANDES

72 H à l'avance

Pain sur demande

www.lespritterroirs.fr